

ANGABEN ZUM FORSCHUNGSaufenthalt IM AUSLAND / ABOUT YOUR RESEARCH STAY ABROAD

Zielland / Destination country: Kuba	Ort / City: Havanna
Name der Gasteinrichtung / Name of the host institution: Universidad de La Habana	Fakultät / Institut / Faculty / Institute: Facultad de Psicología (Fakultät für Psychologie)
Anschrift / Address: Calle San Rafael No.1168 entre Mazón y Basarrate, Vedado, Municipio Plaza de la Revolución. CP: 10400. Provincia La Habana, Cuba	
Zeitraum / Length of stay: = Tage / Days von / from : <u>08/05/2016</u> bis / until: <u>13/06/2016</u> <u>37</u> (TT/MM/JJJJ – dd/mm/yyyy) (TT/MM/JJJJ – dd/mm/yyyy)	

Administrative Formalitäten / Administrative formalities

1. Visum / Visa:

a) Welche Art musste beantragt werden? / Which type of visa did you have to apply for?

Ein Touristenvisum, die sog. Touristenkarte.

b) Wo haben Sie das Visum beantragt? / Where did you apply for the visa?

Das Visum kann bei der kubanischen Botschaft in Berlin beantragt werden. In spezialisierten Reisebüros (bspw. Reisebüro Rieckmeyer in Münster) kann man das Visum ebenfalls erstehen (25€, wenn man seinen Flug etc. ebenfalls dort bucht, andernfalls 35€). Das Visum hat eine Gültigkeit von 30 Tagen und kann vor Ort in der "Emigración" einmalig um 30 Tage verlängert werden (Kosten: 25 CUC = eine der beiden einheimischen Währungen)

c) Wann haben Sie das Visum beantragt? / When did you apply for the visa?

Ich habe das Visum ca. 10-14 Tage zuvor im Reisebüro erstanden.

2. Welche Versicherungen haben Sie abgeschlossen/abschließen müssen und von welchen Versicherungsunternehmen? / What types of insurances did you purchase and from which insurance companies?

Ich habe einen zusätzlichen Auslandsreiseschutz bei meiner gesetzlichen Krankenkasse, sodass ich keine weitere Versicherung abschließen muss. Für die Einreise und vor allem für die Verlängerung des Visums muss man aber eine Krankenversicherung für Kuba nachweisen. Angebote gibt es bspw. vom ADAC oder der HanseMerkur Versicherung.

3. Welche Impfungen waren nötig? / Which vaccines were necessary?

Die Impfeempfehlungen ändern sich hin und wieder. Man sollte die für Deutschland empfohlenen Impfungen alle haben. Darüber hinaus empfiehlt das Auswärtige Amt Impfungen gegen Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt auch gegen Hepatitis B, Typhus, Tollwut und Cholera.

4. Wie haben Sie Geldangelegenheiten vor Ort abgewickelt? (z.B. über Konto vor Ort, Online-Konto, Kreditkarte usw.?) / How did you manage your finances? (e.g., opened a local bank account, online banking, credit card, etc.)

In Kuba kann man alles sehr angenehm per Kreditkarte erledigen. I.d.R. muss man bar bezahlen, es gibt jedoch ausreichend Bankautomaten, an denen man mit Kreditkarte Geld abheben kann. Ich persönlich reise jedoch lieber mit Bargeld, da in Kuba eine Steuer erhoben wird, wenn man ausländische Währungen "abhebt" (10%). Bei der dkb kann man diese Steuer im Nahhinein zurückverlangen, wenn man alle Belege einreicht. Ansonsten verliert man bei jeder Abhebung 10% des Geldes.

Information & Unterstützung / Information & Support

5. Wie erhielten Sie Informationen über Ihr Gastland, die Gasteinrichtung und die Kontaktperson? Waren die Informationen nützlich? / How did you get information about your host country, host institution and contact person? Was the information useful?

<i>Informationsquelle / Information source</i>	<i>persönlicher Nutzen / useful</i>	
	ja / yes	nein / no
WWU Münster	☐	☒
Gasteinrichtung / Host institution	☒	☐
Andere StudentInnen / Other students	☐	☒
Internet	☒	☐
Sonstiges (bitte genaue Bezeichnung eingeben) / Other (please specify)	☒	☐
Meine persönlichen Erfahrungen aus vergangenen Aufenthalten waren die nützlichste Informationsquelle.		

6. Erhielten Sie vor und während Ihres Aufenthaltes angemessene Unterstützung durch Ihre Heimat- und Gast-Institution? / Did you receive adequate support from your host and home institution before and during your research stay?

	(1 = sehr schlecht/poor; 5 = sehr gut/excellent)				
	1	2	3	4	5
WWU Münster	☐	☐	☐	☐	☒
Gasteinrichtung / Host institution	☐	☐	☒	☐	☐

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Ich habe mich durch die WWU Münster sehr gut auf den Austausch vorbereitet gefühlt. Während des Aufenthaltes habe ich keine weitere Unterstützung benötigt, sodass ich hierzu keine Aussage treffen kann.

Durch meinen Betreuer an der UH habe ich mich ebenfalls sehr gut unterstützt gefühlt. Da diese Form des Austauschs bzw. des Stipendiums jedoch für Kuba ungewöhnlich sind, gab es die eine oder andere bürokratische Hürde zu überwinden. Das hat letztendlich gut funktioniert, hat jedoch Zeit gekostet.

7. Welche Vorbereitung auf das Zielland (bspw. Information zu Geschichte, Staatsform, Kultur, Verhalten, Religion etc.) wären hilfreich gewesen? / Which information or preparations in terms of the host country (e.g., history, language, culture, customs) would have been helpful?

Informationen über das Verhalten in Kuba, die kubanische Kultur und die Staatsform können hilfreich sein, um gewisse Prozesse zu verstehen und zu verstehen, warum sie anders ablaufen als hier in Deutschland. I.d.R. sind viele Prozesse sehr langwierig, diverse Instanzen sind involviert und der bürokratische Aufwand ist hoch. Wenn man das vorher weiß, hilft es bei einer realistischen Zeitplanung und einem geduldigen Umgang mit den Abläufen vor Ort. Es ist wichtig zu wissen, dass es klare Hierarchien gibt, die es einzuhalten gilt.

8. Welche Vorbereitungen hinsichtlich der Gastinstitution (bspw. Hochschulstrukturen, akademische Gepflogenheiten etc.) wären hilfreich gewesen? / Which information or preparations in terms of the host institution (e.g., university structure, academic customs) would have been helpful?

M.E. ist der Aufbau der Universität teilweise vergleichbar und teilweise sehr unterschiedlich mit unserem System. Es ist wichtig zu wissen, dass nicht jeder Mitarbeiter und jede Mitarbeiterin sein eigenes Büro hat und das persönliche Kommunikation wichtig ist, um Termine zu vereinbaren und Treffen abzuhalten. Wichtig ist außerdem, dass es Ferienzeiten gibt, in denen die Fakultät geschlossen ist. In dieser Zeit haben die Beschäftigten auch nur eingeschränkten Zugriff auf ihre Emails, sodass sich dann die Kommunikation verzögern kann.

9. Wie kann das Projekt IP@WWU Ihrer Meinung nach verbessert werden (z.B. Information, Bewerbungsverfahren)? / How could the IP@WWU project be improved (e.g., information, application procedures)?

Ich finde das Projekt optimal, da es ausreichend unterstützende Strukturen zur Verfügung stellt und gleichzeitig Raum für individuelle Planung und Vorstellungen lässt. Es wird gut beworben und ist niederschwellig bzgl. der Bewerbung. Ich finde, dass es ein tolles Projekt ist! Vielen Dank!

10. Wie beurteilen Sie den Integrationsgrad mit den Studierenden und Mitarbeitern der Gastinstitution? / How do you consider your degree of integration with students and staff in the host institution?

(1 = sehr schlecht/poor; 5 = sehr gut/excellent)				
1	2	3	4	5
☐	☒	☐	☐	☐

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Da ich die Einrichtung bereits kannte und auch mit den MitarbeiterInnen vertraut war, mit denen ich zusammenarbeiten wollte, war eine besonders gute Integration nicht Ziel des Aufenthalts. Diejenigen, mit denen ich zusammengearbeitet haben und die ich bereits kannte, haben mich herzlich aufgenommen und haben sich Zeit für mich und meine Anliegen genommen. Mit den Studierenden bin ich wenig in Kontakt gekommen.

Unterkunft & Forschungsinfrastruktur / Accommodation & research infrastructure

11. Art der Unterbringung im Ausland / Type of accommodation abroad:

- ☐ durch die Universität (Studentenwohnheim o. Ä.) / university accommodation (e. g., student halls of residence)
☒ private Unterkunft (z.B. mit einer Familie)/ private housing (e. g. family)
☐ WG / shared apartment
☐ Sonstiges (bitte genaue Bezeichnung eingeben) / other (please specify)
-

12. Wie haben Sie die Unterkunft gefunden? / How did you find the accommodation?

- ☐ WWU Münster
☒ Freunde, Familie / Friends, family
☐ Privatmarkt / Private market
☐ Internet
☐ Sonstiges (bitte genaue Bezeichnung eingeben) / other (please specify)
-

13. Wie zufrieden waren Sie mit Ihrer Unterkunft?
How satisfied were you with your accommodation?

(1 = sehr unzufrieden/very dissatisfied; 5 = sehr zufrieden/very satisfied)				
1	2	3	4	5
☐	☐	☐	☐	☒

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Da ich bereits ein gutes soziales Netz vor Ort habe, war es nicht schwierig eine Unterkunft zu finden. I.d.R. wohnen ausländische Gäste oder Touristen in Kuba entweder in (staatlichen) Hotels oder bei kubanischen Familien. Diese Art der Unterbringen ist vergleichbar mit "Fremdenzimmern" ("casa particular"). Man hat sein eigenes Zimmer und Badezimmer, ansonsten lebt man mit der kubanischen Familie und nimmt (mal mehr mal weniger) am Familienleben teil. Ich habe ebenfalls mit einer kubanischen Familie gelebt und mir gefällt diese Art der Unterbringung sehr gut. Ich habe mich sehr wohl gefühlt. Außerdem ist es die deutlich günstigere Alternative im Vergleich zu den Hotels. In einer casa particular kostet ein Zimmer pro Nacht zwischen 25-35CUC (entspricht in etwa dem US-Dollar) in Havanna, in Abhängigkeit der Saison und dem Stadtviertel. Bei längeren Aufenthalten lohnt es sich i.d.R. zu verhandeln, dann zahlt man ca. 300CUC für den gesamten Monat.

14. Wie zufrieden waren Sie mit der Infrastruktur Ihrer Gasteinrichtung / How satisfied were you with your host institution's infrastructure:

	(1 = sehr unzufrieden/very dissatisfied; 5 = sehr zufrieden/very satisfied)				
	1	2	3	4	5
Zugang zum Arbeitsplatz (PC, Internet) / Access to working space (PC, Internet)	☐	☐	☐	☒	☐
Zugang zu den Bibliotheken / Access to libraries	☐	☐	☐	☒	☐
Sonstiges (bitte genaue Bezeichnung eingeben) / Other (please specify)	☐	☐	☐	☐	☐

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Im Vergleich zu anderen Institutionen in anderen Ländern war der Zugang zu Arbeitsmaterialien eventuell schlecht, für kubanische Verhältnisse hatte ich jedoch einen guten Zugang zu allem. Ich konnte die PC-Pools nutzen und habe (digitale) Literatur zur Verfügung gestellt bekommen. Internetzugang hatte ich an der Fakultät nicht. Da ich jedoch weiß, dass der Zugang zum Internet schwierig und begrenzt ist, habe ich auch nicht darum gebeten. Ich hatte guten und vergleichsweise günstigen Zugang zum Internet über die öffentlichen WLAN-Netzwerke. Man sollte sich allerdings vorher darauf einstellen, dass man seinen eigenen Laptop mitbringt (nicht einmal die kubanischen MitarbeiterInnen haben ihre eigenen PCs) und dass der Internetzugang langsamer und beschränkt ist. Zugriff auf das VP-Netzwerk der Uni und mein persönliches Netzlaufwerk hatte ich nicht.

Akademische Qualität / Academic quality

15. Wie beurteilen Sie die Qualität der Betreuung durch Ihren Gastgeber-Dozenten? How do you rate the quality of your host supervisor's support?

	(1 = sehr schlecht/poor; 5 = sehr gut/excellent)				
	1	2	3	4	5
Verfügbarkeit des Betreuers/der Betreuerin / Supervisor's accessibility	☐	☐	☒	☐	☐
Engagement des Betreuers/der Betreuerin / Supervisor's engagement	☐	☐	☐	☐	☒
Beratungsgespräche mit dem/der Betreuer/in / Consultations with the supervisor	☐	☐	☐	☒	☐
Sonstiges (bitte genaue Bezeichnung eingeben) / Other (please specify)	☐	☐	☐	☐	☐

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Meine beiden Betreuer waren sehr engagiert und bemüht, mich bei all meinen Anliegen zu unterstützen. Leider habe ich in meiner zeitlichen Planung nicht berücksichtigt, dass mein Aufenthalt auf das Ende des Semester gefallen ist. Dadurch waren beide in diverse Prüfungsmodalitäten eingespannt und mussten zudem eine Reihe von Abschlussarbeiten betreuen, die in Havanna alle zum gleichen Zeitpunkt abgegeben werden. Anschließend müssen die BetreuerInnen die Arbeiten lesen, die dann in einer Woche verteidigt werden müssen. Trotz dieser hohen Arbeitsbelastung haben sich beide Zeit für gemeinsame Treffen genommen und mein Forschungsvorhaben supervidiert.

16. Wie beurteilen Sie die Qualität ... / How do you rate the quality of...

	(1 = sehr schlecht/poor; 5 = sehr gut/excellent)				
	1	2	3	4	5
Ihrer Forschungsaufgaben?/research activities you took?	☐	☐	☐	☐	☒
des an der Gasteinrichtung zur Verfügung stehenden Forschungsmaterials?/study material you obtained at your host institution?	☐	☐	☒	☐	☐

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Meine Forschungsaufgabe war Teil meines Dissertationsprojekts. Dabei wurde mir viel Verantwortung übertragen und selbstständiges Arbeiten ermöglicht. Trotzdem wurden mir Materialien zur Verfügung gestellt, die mir gefehlt haben, sodass eine gute Balance zwischen eigenständigem Arbeiten und Unterstützung bestanden hat. Die Qualität der zur Verfügung stehenden Forschungsmaterialien war geringer als ich es bspw. hier in Deutschland an der WWU gewöhnt bin. Dabei ist jedoch zu berücksichtigen, dass vor Ort in Havanna trotz widriger Umstände qualitativ hochwertige Forschung betrieben wird, was mich persönlich beeindruckt. Objektiv war die Qualität also nicht besonders hoch, trotzdem wurde immer eine Lösung für Schwierigkeiten gefunden.

17. Wie unterscheiden sich Forschungsstruktur und -kultur an der Gastinstitution von denen an der WWU Münster? / How do research structure and research culture in host institution differ from those at WWU Münster?

Forschungskultur und Forschungsstruktur unterscheiden sich deutlich zwischen Münster und Havanna. In Havanna stehen weniger Mittel zur Verfügung, um Forschung zu realisieren. Insbesondere Druckkosten werden eingespart, daher werden weniger quantitative Erhebungen mithilfe von Fragebögen durchgeführt. Außerdem können keine Onlineerhebungen durchgeführt werden, da der Allgemeinbevölkerung nur unter vergleichsweise hohen Kosten Internetzugang zur Verfügung steht. Insgesamt werden im Bereich der klinischen Psychologie viele qualitative Studien durchgeführt, was in Münster eher selten ist. Dafür bestehen viele Kooperationen mit anderen Institutionen in Havanna und die Teilnahmebereitschaft der Versuchspersonen ist m.E. recht hoch, obwohl es keinerlei Entschädigung für sie gibt. Was jedoch ähnlich ist, ist das viel Forschung gemeinsam mit Studierenden durchgeführt wird, im Rahmen von Forschungsprojekten während des Studiums oder im Zuge von Abschlussarbeiten.

Kosten / Expenses

18. Wie hoch waren die wöchentlichen Lebenshaltungskosten während Ihres Auslandsaufenthalts? / What were average weekly costs during your stay abroad?

	€
Unterkunft / accommodation	75
Lebensmittel / food	150
öffentliche Verkehrsmittel / Transportation	50
Frühstück in der Casa particular	35

<i>Gesamtsumme per Woche / Total per week</i>	310

19. Wurden Ihre Kosten durch das Forschungsstipendium gedeckt? / Did the research stipend cover your costs?

☒ Ja / yes
 ☐ Nein, per Woche habe ich zusätzlich _____ € ausgegeben.
 No, I spent additionally _____ € per week.

20. Lagen Ihre wöchentlichen Ausgaben im Ausland höher als in Münster? / Did you spend more abroad compared to what you normally spend in Münster per week?

☐ Nein / no
 ☒ Ja / yes, 85 €.

21. Mussten Sie irgendeine Art von Gebühren an ihrer Gastinstitution entrichten? / Did you have to pay any kind of fees in the host institution?

☒ Nein / no
 ☐ Ja / yes, _____ € für / for _____

Allerdings wird eine Gebühr für ausländische PhDs erhoben, wenn sie nicht Teil eines gemeinsamen Forschungsprojekts sind.

(bitte genaue Bezeichnung eingeben / please specify)

Persönliche Erfahrungen / Your personal experience

22. Welche spezifischen Ziele hatte Ihr Forschungsaufenthalt? Haben Sie sie erreicht? / Which specific objectives did you have for your research stay? Did you achieve them?

Ziele / Aims:	(1 = überhaupt nicht erreicht/not at all; 5 = voll erreicht/fully)				
	1	2	3	4	5
Diskussion der geplanten Studien	☐	☐	☐	☒	☐
Vortestung der Instrumente	☐	☐	☒	☐	☐
Spanischkenntnisse verbessern	☐	☐	☐	☐	☒
Weitere Einblicke in die kubanische Kultur und die psychiatrische Versorgung	☐	☐	☐	☐	☒
	☐	☐	☐	☐	☐

23. Wie würden Sie Ihren Forschungsaufenthalt insgesamt einschätzen? / How would you evaluate your research stay in general?

Insgesamt würde ich meinen Forschungsaufenthalt als sehr gelungen, erfolgreich und bereichernd einschätzen. Sowohl professionell als auch persönlich habe ich viel gelernt und mich weiterentwickeln können. Es ist eine Herausforderung in einem anderen Land zu arbeiten, in dem Arbeitsabläufe anders funktionieren, grundsätzlich andere Bedingungen herrschen und man sich anpassen muss. Ich musste auch wiederholt damit umgehen, dass Dinge nicht funktioniert haben, wie ich sie mir vorgestellt hatte. Trotzdem habe ich in Kuba gelernt, dass es immer eine Lösung gibt: Manchmal eine ganz andere als man dachte, manchmal eine sehr unkonventionelle, aber i.d.R. habe ich meine Ziele dort immer erreicht. Für die Möglichkeit dieses Forschungsaufenthaltes sowie die vielen bereichernden Erfahrungen bin ich sehr dankbar!

24. Bitte beschreiben Sie Ihre beste Erfahrung / Please describe your best experience.

Beruflich: Meine beste Erfahrung war ein Termin mit der Dekanin der psychologischen Fakultät, als sie mir zugesichert hat, dass die Studien durchgeführt werden können und die Erhebungen im September, zu Beginn des neuen Semesters, starten werden. Das war der letzte offizielle Schritt, der für die Erhebungen gefehlt hat, sodass mich die Zusage sehr glücklich gemacht hat. Ohne meine persönliche Anwesenheit wäre das vermutlich nicht möglich gewesen!

25. Bitte beschreiben Sie Ihre schlechteste Erfahrung / Please describe your worst experience.

Als ich erfahren habe, dass einer meiner Betreuer und Kooperationspartner schwer erkrankt ist und momentan nicht die medizinische Versorgung zur Verfügung steht, die er bräuchte. Das hat mich sehr traurig gemacht und ich habe mich sehr machtlos gefühlt.

26. Halten Sie die Dauer Ihres Forschungsaufenthaltes für / Do you consider your research stay to have been ...

- ☐ zu kurz / too short
☐ zu lang / too long
☒ genau richtig / just right

Falls zu kurz oder zu lang, welche Dauer hätten Sie sich gewünscht? / If too short or too long: which length would have been ideal?

Ca. 12 Wochen wären noch gewinnbringender gewesen.

Beschreiben Sie bitte näher. / Please describe further.

Für meine Forschung wäre ein längerer Aufenthalt wünschenswert gewesen, da ich meine Forschung vor Ort deutlich voran bringen konnte. Wenn ich nicht anwesend bin und versuche, Dinge per Mail zu klären, dauert alles i.d.R. deutlich länger oder funktioniert gar nicht. Ich vermute, dass Email-Kontakt weniger üblich ist bzw. der persönliche Kontakt ein wichtiger (kultureller) Bestandteil der Zusammenarbeit sein könnte. Außerdem wäre ein längerer Forschungsaufenthalt nicht mit meinen Verpflichtungen an der WWU vereinbar, sodass die Länge optimal war.

27. Welche Tipps können Sie den nachfolgenden Promovierenden zu dieser Gasteinrichtung, dieser Stadt, diesem Land etc. geben (Geheimtipps, lohnenswerte Aktivitäten, wichtige Ratschläge)? / Could you please give other PhD students some tips about your host institution, city or country (insider info, useful activities, valuable advice)?

Prinzipiell kann ich anderen PhDs nur empfehlen, möglichst zu versuchen, das kubanische Leben kennenzulernen: Ich kann empfehlen in einem Fremdenzimmer mit einer kubanischen Familie zu leben ("casa particular"), die Kollektivtaxi ("maquina") anstatt privater Taxis zu benutzen und das kulturelle Angebot zu nutzen. Die Museen lohnen sich i.d.R. mehr, wenn man Spanisch spricht (insbesondere das kubanische Kunstmuseum "museo de belles artes cubano" ist aber für alle toll!), Theater-, Tanz- und Ballettvorstellungen. Außerdem lohnt es sich, Salsa tanzen zu lernen. Man bekommt private Salsastunden schon ab ca. 1 Dollar die Stunde. Wenn man am Wochenende Zeit hat, lohnen sich auch Ausflüge in die umliegenden Provinzen sehr (Viñales, Matanzas, Varadero). Im Kontakt mit KubanerInnen würde ich vermeiden, zu viel über das politische System zu sprechen. Außerdem sollte man auf jeden Fall seinen eigenen Laptop und weiteres Arbeitsmaterial mitbringen, auf das man nicht verzichten kann. Spanischkenntnisse sind ebenfalls erforderlich, da man mit Englisch nur bedingt weiterkommt.